

Technická univerzita v Liberci
FAKULTA PEDAGOGICKÁ

Katedra: Pedagogiky a psychológie
Študijný program: Bakalársky
Kombinácia: Doplnkové pedagogické štúdium

CITOVÝ SVET MLADÉHO ČLOVEKA
EMOTIONAL WORLD OF YOUNG MAN
DIE GEFÜHLWELT DES JUNGEN MENSCHEN

Bakalárska práca: 07-FP-KTP- 025

Autor:

Marcela Bajčičáková

Podpis:

Adresa:

Hlavná 135
02944, Rabča

Vedúci práce: Josífková Jitka, PhDr.

Konzultant:

Počet

strán	grafov	obrázkov	tabuliek	prameňov	príloh
59	0	0	2	18	2

V Liberci dňa: 2. 5. 2008

Prehlásenie

Bola som zoznámená s tým, že na moju bakalársku prácu sa plne vzťahuje zákon č. 121/2000 Sb. o práve autorskom, hlavne § 60 – školské dielo.

Beriem na vedomie, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mojich autorských práv použitím mojej bakalárskej práce pre vnútornú potrebu TUL.

Ak použijem bakalársku prácu alebo ak poskytnem licenciu k jej využitiu, som si vedomá povinnosti informovať o tejto skutočnosti TUL; v tomto prípade má TUL právo odo mňa požadovať úhradu nákladov, ktoré vynaložila na vytvorenie diela, až do ich skutočnej výšky.

Bakalársku prácu som vypracovala samostatne s použitím uvedenej literatúry a na základe konzultácii s vedúcim bakalárskej práce a konzultantom.

V Liberci dňa: 2. 5. 2008

Marcela Bajčičáková

Pod'akovanie

Touto cestou by som sa rada poďakovala vedúcej mojej bakalárskej práce Josífkovej Jítke, Ph.Dr. za odborné vedenie, návrhy a podnetné pripomienky.

V neposlednom rade patrí poďakovanie mojej rodine, ktorá ma podporovala a pomáhala pri štúdiu a môjmu priateľovi, ktorý ma povzbudzoval v ťažkých chvíľach.

Anotácia

Táto bakalárska práca je zameraná na prieskum citového života mladého človeka. Popisuje všeobecne obdobie adolescencie, emócie a city adolescenta a jeho správanie v konfliktných situáciách.

Praktická časť je vypracovaná pomocou dotazníkovej metódy. Skúma vzťahy adolescenta k rodičom, škole a rovesníkom. Zisťuje hlavné prejavy citov u súčasnej adolescentnej mládeže. A v poslednej časti experimentu sa venuje prieskumu faktorov ovplyvňujúcich voľbu povolania.

Kľúčové slová

adolescencia

adolescent

cit

emócia

konflikt

povolanie

Annotation

This work is oriented on the research of emotional life of young man. The work describe period of adolescence, emotions and feelings of adolescent and his behaviour in conflicting situations.

Practical part is shaped by means of questionnaire. This part research relationships of adolescent to parents, school and classmates. It survey basic manifestation of feelings by modern adolescent. And final part of experiment is focus by research of factors which influence to choice of occupation.

Keywords

adolescence

adolescent

feeling

emotion

conflict

occupation

Die Anotation

Diese Arbeit is gerichtet an der Forschung des Gefühlslebens des jungen Menschen. Sie beschrieft den behaupten Zeitabschnitt der Halbwüchsigung, die Emotionen und die Gefühle des Halbwüchsigen und ihres Betragen in den Konfliktsituationen.

Der praktiche Teil is ausgefeilt mit der Hilfe des Fragenbogens. Sie sondiert die Beziehungen des Halbwüchsigen zu den Eltern, zur Schule und zu den Zeitgenossen. Sie stellt die haupsächlichen Kungebunden der Gefühle der gleichzeitige Jugend fest. In den letzte Teil des Experiments widmet sie sich der Untersuchung der Faktoren, die der Wahl des Berufes beeinflussen.

Die schwerpunktmäsigen Wörter

Die Halbwüchsigung

Der Halbwüchsige

Die Gefühle

Die Emotionen

Die Konfliktsituation

Der Beruf

OBSAH

Úvod.....	10
-----------	----

TEORETICKÁ ČASŤ

1. Obdobie adolescencie.....	11
1.1 Všeobecná charakteristika.....	11
1.2 Telesný a motorický vývin.....	11
1.3 Psychický vývin	12
1.3.1 Rozumový vývin.....	12
1.3.2 Vývin citov.....	12
1.3.3 Vývin vôle.....	15
1.3.4 Utváranie osobnosti.....	15
2. Výchova uplatňovaná u adolescentov.....	18
2.1 Výchova v rodine.....	18
2.2 Výchova v škole.....	19
3. Emócie a city v živote mladého človeka.....	20
3.1 Vymedzenie pojmu emócia a cit.....	20
3.2 Vývin a zretie emócií a citov.....	22
3.3 Prostriedky výchovného ovplyvňovania citov.....	23
3.4 Vybrané emócie a ich dynamika.....	24
3.4.1 Šťastie a radosť.....	24
3.4.2 Nenávisť a hnev.....	25
3.4.3 Úzkosť a strach.....	26
3.4.4 Smútok a zármutok.....	27
3.5 Citové stavy mladého človeka.....	28
3.6 Funkcie emócií.....	30
4. Správanie mladého človeka v konfliktných situáciách.....	32
4.1 Čo je konflikt.....	32
4.2 Príčiny vzniku konfliktov.....	32

4.3 Druhy konfliktov.....	33
4.4 Predchádzanie konfliktom a riešenie konfliktov.....	35

PRAKTICKÁ ČASŤ

Ciele.....	36
Výskumná vzorka.....	36
Výskumná metóda.....	36
Hypotézy.....	37
Výsledky a hodnotenie.....	37
<i>1. časť:</i> Vzťahy a konflikty.....	37
<i>2. časť:</i> Emócie a city.....	39
<i>3. časť:</i> Voľba povolania.....	40
 Záver.....	 42
Literatúra.....	44
Zoznam príloh.....	46

ÚVOD

Ťažko poprieť, že mládež je predovšetkým pojmom temporálnej rozvrhnutosti človeka v spoločnosti a že teda ňou treba v prvom rade rozumieť určitú vekovú a generačnú množinu ľudského rodu. Mládežou rozumieme takú množinu ľudských indivíduí, jedincov ktorí prežívajú mladosť. Mladosť je však konštantnou veličinou len vo vzťahu k historickému typu ľudskej existencie, zatiaľ čo vo vzťahu k jednotlivému človeku sa mení. Človek v priebehu svojho života prechádza niekoľkými vývinovými fázami - detstvom, mladosťou, zrelosťou a starobou - a spolu s ním prechádzajú týmito fázami aj všetci jeho rovesníci.

Typické detstvo prechádza do obdobia dospievania, ktoré je poznačené veľkými telesnými zmenami. Dievčatá sa menia v ženy, chlapci v mužov. Telesným vzrastom, výškou sa dieťa na konci tohto obdobia približuje dospelému. Začína sa podobáť dospelému, ale dospelým nie je, ani za takého ho okolie nepovažuje. Nie je teda už dieťaťom, ani dospelým. Jednu fázu opúšťa, do druhej vstupuje. Od jedných spôsobov života si odvyká, novým privyká, čo ho núti konať stále samostatnejšie. Svojím dospievaním stráca dieťa v tomto veku ochranné postavenie dieťaťa, ale práva dospelého ešte nemá. Stále jasnejšie si uvedomuje životnú potrebu osamostatniť sa, nutnosť perspektívne sa odlúčiť od rodičov.

Táto práca je zameraná na hlavné problémy týkajúce sa citového života mladého človeka. U mladých ľudí sa v tomto období stretávame s mnohými problémami. Hlavne sú to konflikty s dospelými, konflikty so sebou samým, problémy týkajúce sa voľby povolania, prvých lások a mnoho ďalších. Jednotlivé problémy u súčasnej adolescentnej mládeže sú skúmané na základe dotazníku a vyhodnotené.

TEORETICKÁ ČASŤ

1. Obdobie adolescencie

1.1 Všeobecná charakteristika

Obdobie adolescencie sa začína približne medzi 15.-16. rokom a končí sa dosiahnutím dospelosti, t.j. plným rozvinutím telesných, a najmä duševných schopností. Horná hranica adolescencie je pohyblivá podľa indivíduí. Najčastejšie je to medzi 20.-22. rokom, podľa niektorých autorov aj neskoršie.

Časť mládeže v tomto období končí všeobecné vzdelanie na strednej škole. Mnohí už vstupujú do zamestnania, iní pokračujú v štúdiu na vysokých školách. Na uvedené osobitosti životného prostredia mládeže nemôžeme zabúdať, pretože majú podstatnú úlohu pri konečnom utváraní, diferencovaní a ušľachťovaní osobnosti mladého človeka.

V správaní jedincov sa výrazne začínajú prejavovať individuálne osobnostné rozdiely. Mladý človek si utvára svetozhľad, stavia si životné ciele, pripravuje sa na budúce povolanie. K výchovnému usmerňovaniu zo strany dospelých pristupuje aj úsilie adolescentov o sebapokonaťovanie prostredníctvom sebaľučoby. Obdobie mladíka a devy je posledné obdobie na ceste k dospelosti (Ďurič – Štefanovič, 1977, s. 191).

1.2 Telesný a motorický vývin

Organizmus sa ušľachťuje, dozrieva a dotvára. Koncom obdobia telo nadobúda typický ženský alebo typický mužský tvar. Rast organizmu sa ušľachťuje v priemere v 20. roku. Pribúdanie na váhu sa spomaľuje. Proporcionalita organizmu sa ušľachťuje. Trup sa predlžuje a zväčšuje sa objem hrudníka. V období adolescencie rastie sila a výkonnosť svalov. Stráca sa detský výraz tváre, tvar hlavy a obličaja sa ušľachťuje a nadobúda definitívnu podobu. Dokončuje sa vývin sekundárnych a terciárnych pohlavných znakov. Toto obdobie zo stránky anatomicke-fyziologickej je obdobím dobudovania a postupného zosilňovania organizmu. Pohyby adolescenta sú dobre koordinované, harmonické, ľadné (Blecha, 1966).

1.3 Psychický vývin

V oblasti psychického rozvoja je pre obdobie adolescentov príznačné, že v ňom dosahujú stupeň relatívnej zrelosti všetky základné psychické procesy do ktorých patria procesy rozumové, citové a vôľové.

1.3.1 Rozumový vývin

Rozumový vývin je podmienený hlavne školským vyučovaním, ktoré s postupom rokov stavia pred žiaka stále väčšie požiadavky, rozširuje obzor jeho znalostí a cvičí všetky poznávacie funkcie, tzn. vnímanie, pozornosť, pamäť, myslenie, obrazotvornosť.

Odraz objektívnej reality vo vedomí adolescentov prostredníctvom pociťovania a vnímania je taký istý ako u dospelého. Pravda, vnímanie je poznamenané skúsenosťou adolescentov. V predstavách, obrazotvornosti a vo fantázii sa ešte síce stretávame so snením s otvorenými očami, s rojčivosťou, no predchádzajúci pubertálny sklon k prebujnenej fantázii a rojčivosti je už do značnej miery ovládaný reálnou a kritickou činnosťou vedomia.

V období adolescencie naďalej pokračujú zmeny vo všetkých fázach pamäti, v uchovaní naučeného i schopnosti reprodukcie. Široko sa rozvíja tzv. slovo-logická pamäť. Vrchol vo všetkých týchto oblastiach pamäti sa dosahuje okolo dvadsiateho druhého až dvadsiateho piateho roku, aby potom v dospelosti dlho zostala na pomerne vysokej úrovni (Lapiňská, 1970, s.21).

1.3.2 Vývin citov

Mnoho vedcov skúmajúcich obdobie dospievania tvrdí, že emocionálna sféra v tomto období prevláda zreteľne nad inými oblasťami psychického života. Toto presvedčenie pochádza možno odtiaľ, že emocionálne reakcie mládeže sú niekedy príliš prudké a často spôsobujú vážne výchovné obtiaže.

Vývin citových vzťahov k dospelým

Za predpokladu, že dospelí uznávajú osobnosť mladého človeka, že mu umožňujú prejsť jeho úsilie o samostatnosť, uplatniť ambície, keď rešpektujú právo mladého človeka samostatne rozhodovať, vyvíjajú sa kladné vzťahy medzi mládežou a dospelými.

Mnohí dospelí však majú nesprávny vzťah k mladým ľuďom: správajú sa povýšene, prehnane odsudzujú a zatracujú adolescentov za všetko čo je v rozpore s ich názormi. Nechcú ich pochopiť, poradiť im, získať si ich dôveru a výchovne na nich pôsobiť. Pritom väčšina adolescentov má tendenciu vytvoriť si pozitívny vzťah k dospelým, váži si podanú pomocnú ruku a dá sa získať pre spoločný cieľ. Silná jednostrannosť v posudzovaní a zovšeobecňovanie negatívnych javov mladých ľudí rozladzuje a dospelí ich tým od seba skôr odpudzujú ako získavajú.

Tieto a niektoré iné problémy veľmi hlboko zasahujú myslenie, predstavy, city i čas adolescentov. Mnohé z nich prenikajú do najhlbších sfér intimity mladých a oni nechcú dať do nich nazrieť nikomu, ani najbližším. Stáva sa to najčastejšie preto, že mladí ľudia vycítia, že postoj dospelých voči nim je, mierne povedané, rozpačitý, vystihnú, že ich dospelí ešte nepovažujú za seberovných, a tak sa v urazenej samolúbosti izolujú od spoločnosti dospelých, stiahnu sa do seba, alebo začnú prejavovať negativistický postoj urážlivej vzdorovitosti.

Naproti tomu sa zasa často sťažujú, že sa im syn či dcéra odcudzuje, že ich neposlúchajú, nemožno im rozkázať, a tým menej poradiť.

Takáto konfrontácia prítomnosti zo zorného uhla dvoch rozličných generácií tvorí základné prvky toho, čo označujeme ako generačný problém. Základné príčiny generačného problému vidíme:

- do istej miery v odlišnej životnej koncepcii mládeže a staršej generácie,
- vo vzájomnom nepochopení medzi staršou a mladou generáciou,
- v neschopnosti či nechcení pochopiť sklon mladých k explózii, maximalizmu, k istej prirodzenej netrpezlivosti a dynamickosti,
- v nezriedkavej nesúhlasnej konfrontácii ideálu a reality.

K takýmto vlastnostiam osobnosti, ako sú sebavedomie a samostatnosť, sa musí adolescent prepracovať, vydobýť si ich vlastným pričinením, vlastnou skúsenosťou, no a na to musí mať príležitosť. Nesmieme prídlho aplikovať len výchovu a zanedbávať priestor na seba výchovu, na prácu mladých na sebe samých, na svojej osobnosti. Ak

však žiadame porozumenie od rodičov, treba povedať, že aj adolescenti musia mať mieru a istú hranicu (Boroš, 1988, s.26-28).

Vývin citových vzťahov k rovesníkom

Pri formovaní vzťahu adolescentov k dospelým dôležitú oblasť predstavujú aj vzťahy k rovesníkom toho istého, ale aj opačného pohlavia. Obdobie adolescencie sa vyznačuje tým, že sa v ňom veľmi prehlbujú vzťahy medzi jednotlivcami rovnakého veku, teda vzťahy priateľské.

V adolescentnom období má priateľstvo veľký význam. Je akousi ochranou pred osamelosťou, no aj pred povrchnosťou vo vzťahu k iným ľuďom. Utváranie a prehĺbovanie priateľstva v rozhodujúcej miere ovplyvňujú rozličné príležitostné stretnutia a takisto výrazná potreba zdôveriť sa s vlastnými názormi a problémami.

Je všeobecne známe, že mnohé priateľstva medzi mladými spravidla prerastajú do ľúbostných citových vzťahov, ktoré nemožno odtrhávať od erotiky a sexuality. Tieto otázky sa stávajú aktuálnymi, doslova ústrednými. Ťažko by sme našli činnosti, ktoré by sa ich nejako netýkali, či už ide o rozhovory, myslenie, alebo denné či nočné snenie. Neraz narúšajú aj štúdium. Poniektorí ani nedoštudujú, až tak ich tieto aktivity strhnú do svojich osíd (Boroš, 1988, s.30-31).

Vývin citových vzťahov k sebe samému

Hoci u adolescentov pozorujeme zvýšené sebavedomie, treba si uvedomiť, že je veľmi krehké a zraniteľné, citlivé najmä na taký zásah, ako sú hrubé napomenutia, ostrá výčitka či kritika, posmech, nadávky, najmä v kolektíve rovesníkov a priateľov. Adolescenti však už menej reagujú na takéto situácie slzami, skôr vôbec nereagujú, alebo takúto situáciu odbavia odvrknutím, pohodením hlavy, myknutím pleca, prípadne vyčarením zhovievavého úsmevu. No to sa často považuje za prejav nezdvorilosti a bezočivosti. Dospelí ich nechápu a boja sa o svoju autoritu, sú prísni a siahajú neraz aj k trestom. To je nesprávne, pretože u prevažnej väčšiny adolescentov nejde o nezdvorilosť či bezočivosť, ale o obrannú, účelovú reakciu vynútenú ich krehkým sebavedomím (Boroš, 1988, s.23).

1.3.3 Vývin vôle

Vôľové konanie spravidla smeruje k dosiahnutiu vedome stanovených cieľov. Vzrastajú schopnosti dospievajúcich vytyčovať si ciele, čo sa prejavuje v prevahe úmyselného konania. Ešte stále však mávajú značné problémy s ovládaním svojich prudkých a intenzívnych citov. Vôľa dospievajúcich často zlyhá práve v takých prípadoch, keď ide o neprimerané, netaktné alebo obmedzované konanie. Vtedy bývajú výbušní a dráždiví. Na druhej strane dospievajúci vedú vyvinúť aj veľmi veľké vôľové úsilie, odhodlane prekonávajú prekážky vtedy, ak majú pred sebou cieľ, ktorý ich zaujíma a nadchne.

Vzhľadom na to, že dospievajúci sú už morálne vyspelejší, že si už uvedomujú pozitívnu hodnotu vlastných vôľových činov, aj sami sa ich usilujú pestovať a rozvíjať, zakladajú si na nich, vyhľadávajú činnosti v ktorých by sa uplatnili. To je veľmi pozitívne, lebo je známe, že vôľové konanie sa utvára jedine v činnosti, v praxi, v živote. Jedna zo základných zásad výchovy vôle, ktorá vyplýva z poznatkov pedagógov, znie: vôľa sa pestuje prekonávaním ťažkostí a prekážok (Boroš: Rozumiete dospievajúcim?, 1977, s. 46).

1.3.4 Utváranie osobnosti

Spolu s vývinom základných psychických procesov v sfére rozumu, citov a vôle sa u mládeže formujú dôležité znaky osobnosti, ako sú záujmy, nadanie a schopnosti, charakter, svetový názor, etické a spoločenské postoje, cieľavedomosť a sebakontrola. Nedeje sa tak samočinne, ale pod vplyvom rôznorodých impulzov, ktoré vyplývajú z bližšieho i vzdialenejšieho okolia, teda vplyvom pôsobenia rodiny, školy, spolužiakov a priateľov, novín a kníh, rádia a televízie, príkladov zo života atď.

Jedným z veľmi výrazných symptómov vstupu do nového vývojového obdobia je zmena smeru a charakteru záujmov. Celkom zanikajú napr. záľuby v hre so skupinou rovesníkov rovnakého pohlavia, v zbieraní nejakých predmetov. Namiesto toho sa objavuje záujem o druhé pohlavie, o hlbšie formy priateľstva, o budúce povolanie. Okrem záujmov o vonkajší svet objavuje sa tiež záujem z oblasti psychického života, mladých priťahujú problémy svetového názoru, problémy etické, morálne, spoločenské, filozofické a estetické (Lapiňská, 1970, s. 31).

Voľba povolania

Voľba povolania je problém, ktorému stojí mládež tvárou v tvár dosť skoro pred ukončením základnej školy alebo pred maturitou. Dôležitý je správny výber. Úspech v zvolenom povolaní, uspokojenie z vykonanej práce a pocit spoločenskej užitočnosti je dôležitým činiteľom psychickej rovnováhy, ktorá rozhoduje v značnej miere o životnej spokojnosti.

Predstava a pranie stať sa niečím nie je jednoduchá vec, pranie sa môže meniť pod vplyvom osobných alebo rozličných iných okolností. Malo by preto byť povinnosťou každého, kto pomáha pri voľbe povolania dospelajúcim, aby si ujasnil, ako k takým praniám došlo a aby sa pokúsil toto pranie zosúladiť so skutočnými záujmami dospelajúcich, s ich schopnosťami, povahovými vlastnosťami a podobne.

V povolaní však rozhodujú aj iné stránky, nielen schopnosti, záujmy a nadanie. Neoddeliteľnou súčasťou výchovy k voľbe povolania v škole i v rodine je aj výchova kladných charakterových vlastností a utváranie morálneho profilu mladého človeka.

Pri usmerňovaní dospelajúcich treba prihliadať aj na fyzické predpoklady pre to, ktoré povolanie, na silu, odolnosť, telesnú vytrvalosť, dobrú funkciu zmyslových orgánov a na celkový zdravotný stav.

Ďalej treba zdôrazniť, že ak má byť niektorá práca pre dospelajúceho vyhovujúca, treba sa usilovať zladit' nie len záujmy a schopnosti, ale aj citové vlastnosti s jeho vytrvalosťou, s jeho osobným tempom, aj s jeho vzťahom k ľuďom, teda so všetkými osobitosťami, ktoré zaraďujeme pod pojem temperament. Treba si uvedomiť, že ľudia plní vzruchu a pohybu budú nešťastní pri monotónnej práci, s ktorou sú celkom spokojní a dobre ju vykonávajú ľudia pokojní, menej pohyblivého typu.

Osobitnú pozornosť treba venovať tým dospelajúcim, ktorí prejavujú záujem o také práce, pri ktorých dochádza k styku s ľuďmi. Takéto povolania si, ako sa o tom môžeme presvedčiť takmer denne, vyžadujú mimoriadne povahové vlastnosti. Zvlášť pre učiteľov a vychovávateľov by mali byť typické také vlastnosti, ako je trpezlivosť, láskavosť a snaha ľuďom porozumieť (Koščo - Blaškovič, 1964).

Je povinnosťou dospelých, aby pri voľbe povolania dospelajúcej mládeži všemožne pomáhali a hovorili s ňou o rozmanitých možnostiach, ktoré dnes mladí ľudia majú.

Vytváranie svetového názoru

Proces výchovy svetového názoru neprebíha samočinne, ale je podmienený mnohými činiteľmi. Predovšetkým veľkú úlohu hrajú podmienky ekonomicko-spoločenské a politické. Inak sa formujú ideály a životné zásady mládeže, ktorá má otvorenú cestu k vzdelaniu, inak u tej časti mládeže, ktorá je odsúdená k životnej dráhe pod úroveň svojich snáh a možností z dôvodov finančných. Veľký význam má rovnako konkrétne prostredie daného jedinca. Výchovné vplyvy rodiny, školy a skupiny rovesníkov tvoria najbezprostrednejšiu a skutočnú školu života. Nemenej dôležitú úlohu hrajú aj prostriedky masového pôsobenia: rádio, televízia, tlač.

Dopracovať sa k vlastnému svetovému názoru je ťažký a namáhavý proces a neprebíha vždy harmonicky. Vo väčšine prípadov prežíva mládež vnútorný boj, trápi ju tisíce rôznych pochybností, ani pri usilovnom hľadaní nemôže nájsť vždy odpoveď na otázky, ktoré ju zaujímajú (Lapiňská, 1970, s. 39-40).

2 Výchova uplatňovaná u adolescentov

2.1 Výchova v rodine

Rodina ako skupina ľudí, ktorí sú vo vzájomnom vzťahu a majú svoju spoločnú históriu, súčasnosť a budúce očakávania, významnou mierou ovplyvňuje nazeranie jednotlivcov na seba a iných. Formovanie autoregulačného systému osobnosti je spojené so seba prijatím osobnosti, t.j. spôsobom aký má osobnosť názor na seba samú a aký je jej vzťah k svetu. Ide o hodnotiaci aspekt, ktorý označujeme termínom sebahodnotenie a predstavuje hodnoty, ktoré človek prijal za svoje. Seba prijatie ako štruktúra komplexu vedomostí o sebe obsahuje dimenziu deskriptívnu a dimenziu hodnotiacu. Fenomenologickým obrazom hodnotiacich aspektov tejto dimenzie je vysoké alebo nízke sebahodnotenie. Chápeme ho ako relatívne samostatnú zložku obrazu seba, vyjadrujúcu globálny obraz o hodnote vlastného „Ja,,.

Ak sú procesy individualizácie a citlivosť, ústretovosť k druhým v rovnováhe, hovoríme o tzv. zdravých rodinách. Rodičia svojim výchovným pôsobením výrazne ovplyvňujú sebahodnotenie dieťaťa. Sebahodnotenie, seba prijatie jednotlivých členov rodiny sú dôležité faktory ovplyvňujúce interačné rodinné väzby. Aj keď seba prijatie a s tým súvisiace sebahodnotenie je determinované i osobnostnými vlastnosťami, dôležitý význam má aj interpersonálne a sociálne porovnávanie. Dôležité sú v tejto súvislosti jednak osoby, s ktorými adolescent prichádza do kontaktu a ktoré ho v každodennom živote výrazne ovplyvňujú, ako aj zovšeobecnené predstavy o druhých ľuďoch, ktoré sú výsledkom širšej sociálnej skúsenosti.

V období adolescencie, v čase krízy identity, má jednotlivец často neprimerané a nekritické postoje a hodnotenia seba a iných, čo je jednou z možných príčin vyskytujúcich sa konfliktov s rodičmi. Aj keď adolescenti popierajú nevraživosť, odpor voči rodičom, pripúšťajú výskyt konfliktov s rodičmi, ktoré majú nízku intenzitu a frekvenciu. Rodičia však predstavujú dôležitý pilier sociálnej opory pre dieťa práve v období adolescencie, pričom dôležitý je spôsob komunikácie dospelého s adolescentom. Rodičovskú autoritu a vedenie adolescenti prijímajú, ak sa spája so záujmom, rešpektovaním ich osobnej slobody. Dôležitá je pritom intenzita emočnej interakcie medzi rodičom a adolescentom. V porovnaní s predchádzajúcim obdobím detstva sa štýl

výchovy rodičov počas adolescencie viac diferencuje. Adolescent percipuje postoje, konanie a výchovné praktiky svojich rodičov pod vplyvom vedomých i nevedomých motivačných činiteľov. Dievčatá vnímajú výchovné postoje svojich rodičov inak než chlapci (Smrčka, 1968).

2.2 Výchova v škole

Pedagóg je od prvých okamžikov významná osoba, ktorá ovplyvňuje formovanie osobnosti žiaka. Tým, ako so svojimi žiakmi komunikuje, aký k ním má vzťah, či žiakov rešpektuje a dokáže ich chápať takých akí sú, vytvára vzor, ku ktorému zaujímajú určitý postoj.

Pedagóg by mal byť schopný v atmosfére porozumenia, dôvery a vzájomnej sympatie spracovať žiakove emócie. Kľúčovým momentom pre to je kladný emočný vzťah učiteľa k žiakovi a naopak. Na našich školách takých odborníkov, ktorí využívajú svojho pedagogického taktu vyučuje celá rada. Existuje však i časť menej šťastných, ktorí napriek tomu že sú po stránke odbornej kvalifikácie na vysokej úrovni, nedokážu sa žiakom adekvátne citovo prejavovať. Takéhoto pedagóga potom žiak vníma ako „chladného“, „bez záujmu“ a to priaznivému vývoju žiaka nesvedčí. Žiak predsa potrebuje uspokojovať potrebu bezpečia, porozumenia, úcty a dôvery v svoju osobnosť.

„Učiteľ by si mal uvedomiť, že niektoré zdanlivo nelogické zdravotné problémy jeho žiakov môžu mať svoj základ v ich emočnom napätí, pocitoch strachu a ohrozenia. Niektorí žiaci, ktorí majú obavy zo zlyhania, cítia sa preťažení či inak ohrození, reagujú na záťaž nie len psychicky ale i somaticky, napr. nevoľnosti či pocity bolesti. Telesné ťažkosti sú signálom organizmu, že danú situáciu nezvláda“ (Lapiňská, 1970, s. 71-80).

3 Emócie a city v živote mladého človeka

3.1 Vymedzenie pojmu emócia a cit

Emóciami v úzkom zmysle slova alebo aj tzv. nižšími citmi nazývame najjednoduchší zážitok spojený s uspokojovaním alebo neuspokojovaním primárnych (základných, organických) potrieb. Emócie sú úzko späté s potrebou jedenia, pitia, čerstvého vzduchu, ochrany pred chladom, so sexuálnymi potrebami a podobne. Emócie sú teda vyvolávané okamžitou situáciou, sú záležitosťou bezprostredných vnútorných stavov organizmu či pôsobenia aktualizovaných situačných podnetov. Zmenou situácie či vnútorného stavu organizmu spravidla okamžite miznú. Emócie sú úzko späté s motiváciou. Každú motiváciu vlastne sprevádzajú určité emócie. Vznikajú v rannom období vývinu organizmu a sú pre organizmus užitočné, lebo mu pomáhajú zhodnotiť podnety, ktoré pôsobia z vnútra organizmu i z jeho prostredia. To organizmu umožňuje rýchlo a vo väčšine prípadov aj správne reagovať na ustavične sa meniace podmienky a prispôbovať sa týmto zmenám. Elementárne emócie sú vlastné človeku od útleho veku. V podstate prvý plač dieťaťa môžeme pokladať za počiatok emocionálno-citového života.

Emócie v úzkom zmysle slova sa vyskytujú aj u zvierat. O tom, že zvieratá majú emócie, môžeme hovoriť aj na základe ich motorických reakcií, ktoré sú neraz až príliš výrazné. Mnohé prejavy emócií sa skúmajú práve na pokusoch so zvieratami. Avšak od emócií zvierat sa aj najjednoduchšie emócie človeka podstatne odlišujú predovšetkým tým, že ich človek uspokojuje s požiadavkami spoločnosti, že sú to emócie spoločenskej bytosti. (Stuchlíková, 2002, s. 11)

City charakterizujeme ako psychický zážitok spojený s uspokojovaním alebo neuspokojovaním vyšších, sekundárnych, špecificky ľudských potrieb, ktoré vznikajú v priebehu spoločensko-historického vývinu ľudstva. City vznikajú len na určitej úrovni intelektu a odrážajú vzťah predmetov a javov k vyšším potrebám motivovanej činnosti človeka ako osobnosti. Neuskutočňujú sa už autoreguláciou organizmu, ale osobnosti človeka, pričom pôsobia na interakciu tejto osobnosti s ľudskou spoločnosťou. Cit lásky a priateľstva, cit hanby a cti, city vyjadrujúce vzťah človeka k práci, cit vlastenectva,

estetické city mnohé iné citové stavy sa sformovali historicky, sú sociálne podmienené a odrážajú určité vzťahy medzi ľuďmi.

Cit mladého človeka, to je jeho vzťah k svetu, k tomu, čo robí, k ľuďom, s ktorými sa stretáva alebo žije. City mladý človek prežíva, spravidla ich svojím vedomím a vôľou nevyvoláva, zvyčajne im však podlieha. Z toho vyplýva, že azda ani nie je možné niekoho na príkaz milovať, že je ťažko realizovať povedzme také predsavzatie, že od dnešného dňa niekoho budeme nenávidieť. (Boroš, 1988, s.49)

Vznik a vývin citov závisí od spoločenského bytia človeka, a jeho základom sú teda potreby spojené so vzťahmi medzi ľuďmi. Na rozdiel od emócií city plnia funkcie nevyhnutné pre spoločenský život človeka, pre jeho adaptáciu na spoločenské prostredie a zmeny tohto prostredia z hľadiska záujmov a potrieb nielen osobnosti, ale aj spoločnosti. Na rozdiel od emócií city má len človek.

K základným druhom patria:

intelektuálne city – vznikajú v priebehu procesu myslenia, poznávania. Je to radosť, uspokojenie alebo naopak sklamanie a nespokojnosť s výsledkami týchto činností;

etické city – človek ich prežíva pri hodnotení seba a druhých vzhľadom k morálnym zásadám (napr. cit viny, neviny, spravodlivosti, nespravodlivosti, krivdy, ale i lásky k vlasti, lásky a úcty k rodičom);

estetické city – ide o základný prežitok krásy vo vzťahu k podnetom. Kritéria krásy a škaredosti sú v určitom rozsahu vrodené, avšak z väčšej časti sú určované spoločenským vývojom;

sociálne city – doprevádzajú stavy, ktoré človek ako tvor spoločenský, prežíva v styku s druhými ľuďmi alebo sociálnymi skupinami (napr. cit ľudskej dôstojnosti, nedôvery, ľahostajnosti) (Bordeová, 2001, s. 15).

Emocionálne procesy, stavy a vzťahy bývajú definované veľmi rozmanite až rozporuplne, čo sa týka ich podstaty, ako aj vzťahu k ostatným psychickým javom. A práve preto, že emócie ako subjektívne prežívanie sprevádzajú vlastne všetko ľudské správanie, nie je ľahké uviesť celkom uspokojivé a prijateľné vymedzenie emocionálnych procesov. Jedno je však isté. Ide o psychologickú kategóriu, ktorou sa vyjadruje vzťah subjektu k predmetom a javom objektívnej skutočnosti.

Vzhľadom na uvedené a v súlade s viacerými inými autormi môžeme prijať názor, že vo všeobecnej rovine sa nestane veľká chyba, ak sa používa napríklad iba pojem emócia. Ak však ide o presné vymedzenie pojmov, potom je opodstatnené používať pojem cit a emócia tak, ako boli charakterizované.

Je rozhodujúce pochopiť miesto a úlohu emocionálneho aspektu v ľudskom prežívaní, činnosti a v správaní, pretože to znamená postihnúť jednotu vnútornej a vonkajšej podmienenosti vzniku a rozvoja emocionálnych procesov, stavov a vzťahov na základe odrazu objektívnej reality, počínajúc elementárnymi rovinami a končiac vznikom a rozvojom špecificky ľudských citov.

3.2 Vývin a zretie emócií a citov

Cieľom vývinu, rozvoja a formovania emocionálno-citovej zložky je pestovať kladné optimistické ladenie, doformovať vyvážený sebacit a schopnosť vedieť citom rozoznávať kategórie mravných a etických hodnôt.

S hotovými emóciami a citmi sa človek nerodí. Novorodenec má len veľmi obmedzený repertoár citových reakcií. U novorodenca môžeme hovoriť len o celkovom vzrušení, z ktorého sa v priebehu prvých troch mesiacov diferencujú zreteľné prejavy príjemnosti a nepríjemnosti. V šiestom mesiaci sa už v citovom prežívaní nepríjemnosti rozlišujú mrzutosť, hnev a strach a v dvanástom mesiaci môžeme aj medzi prejavmi príjemnosti rozlišovať spokojnosť, radosť, príchylnosť.

V rannom detstve (ide o vekové štádium prvého až tretieho roku) sú citové prejavy len veľmi ťažko potlačateľné či ovládateľné. Prevládajú „citové výbuchy“, ktorými sa u dieťaťa rýchlo vyčerpáva emocionálne napätie, ktoré ľahko prechádza od jedného citu k opačnému (chvíľu sa smeje, chvíľu plače).

Veľmi dôležitá pri výchove citov je zásada, že dieťa nemá city len prežívať, ale že by malo na ne aj reagovať. Prežívanie citov bez odozvy a realizácie v živote vytvára často len sentimentálnych ľudí schopných prežívať, ale neschopných konať. City sa stávajú dobrými len vtedy, ak motivujú konanie a ak sa prejavujú v činoch.

Aj po vstupe dieťaťa do školy vznikajú uňho emócie a city pomerne ľahko a rovnako ľahko aj miznú. Strácajú však afektívny ráz, dieťa lepšie ovláda nálady a prejavy nespokojnosti. Mení sa povaha doterajších citov, ale v priebehu vyučovania vznikajú a rozvíjajú sa nové city, ktoré sa označujú ako intelektuálne. Ich prejavy

vidíme napríklad vtedy, keď sa dieťa raduje, že sa mu podarilo rozriešiť nejakú úlohu. Pokračuje aj rozvoj sociálnych citov. Ak sa v nižších triedach žiak zaujíma len o vlastný úspech a jeho vzťah k spolužiakom je v mnohých prípadoch ľahostajný alebo negatívny, vo vyšších triedach sa už častejšie prejavuje ohľad na hodnotenie kolektívom. Okolo desiateho roku sa rozvíja vedomie vlastnej dôležitosti, sprevádzane mnohými kladnými a zápornými citovými stavmi. Dieťa býva veľmi citlivé na spravodlivosť doma aj v škole a pochvala, posmech či trest neobyčajne hlboko zasahujú jeho vyvíjajúcu sa osobnosť.

V období puberty dochádza k ďalšej citovej deprivácii. Pubescent si vytvára odlišné citové vzťahy k dospelým, k rovesníkom i k sebe samému. Venuje pozornosť svojim citovým zážitkom, uvažuje o sebe, o svojich plánoch do budúcnosti, hlboko sa zamýšľa nad svojimi konfliktami. Opäť nastáva istý odklon od kolektívu, uzavretosť, ktorú podporuje ľahká zraniteľnosť osobných citov. Puberta je obdobím citových zmätkov, rýchle sa meniacich nálad, nejasných túžob a sentimentality. Zároveň je obdobím vznikaní najhlbších citov náklonnosti a priateľstva, a to najmä k osobám rovnakého pohlavia.

Učenie výrazne modifikuje spôsob prejavovania citov. Napríklad hnev sa môže vyjadriť použitím nadávok, bitkou alebo aj tak, že nahnevaný človek odíde, opustí miestnosť, a pritom nebuchne ani dverami. Takéto konanie nie je prejavom citu, ktorý by bol známi od narodenia, ale je to niečo naučené (Czako-Seemannová-Bratská, 1982).

3.3 Prostriedky výchovného ovplyvňovania citov

Na výchovné ovplyvňovanie citov pôsobia také prostriedky, ktoré zvyrazňujú hovorený prejav. Zo sluchovo-akustických prostriedkov je to ladenie a zafarbenie hlasu, jeho sila, modulácia, rytmus, kadencia, ale aj rýchlosť reči. Toto všetko dáva hovorenému prejavu zvukovo plastický výraz, a tým zvyšuje jeho emocionálnu účinnosť. Hlas sa tak stáva veľmi citlivým prostriedkom, ktorý je schopný vyjadrovať a na iných prenášať aj celkom ľahké záchvevy emočného vzrušenia, či už ide o radosť, smútok, hnev, odmietavosť, súciti, ľútosť alebo opovrhovanie.

Z motorických prostriedkov, veľmi úzko súvisiacich s temperamentom, sú to veľmi početné a mnohotvárne pohybové prejavy, ktoré vnímame v mimike tváre, v posunkoch, gestách a postojoch najmä autorít. Rovnako ako záchvevmi hlasu možno aj zmenami

mimiky, postoja, zmenami vo forme, tempe a energii posunkov veľmi účinne vyjadriť citové stavy.

Formovanie emocionálnej stránky mladého človeka je v značnej miere závislé od prostredia, ktoré stimuluje city. Bolo by ideálne, keby sa z prostredia, v ktorom vyrastá mladý človek, odstránili také podnety, ktoré vedú alebo môžu viesť k utváraniu nevhodnej emočnej atmosféry (Boroš, 1988, s. 71).

3.4 Vybrané emócie a ich dynamika

V tejto kapitole sú zhrnuté základné informácie o niektorých emóciách a emočných vzťahoch.

3.4.1 Šťastie a radosť

Šťastie

Šťastie je centrálnym záujmom v našom živote. Často sa zaujímame o to, či my sami a tí, ktorí sú okolo nás, sú šťastní; pátrame po povahe šťastia, považujeme dokonca usilovanie o šťastie za základné ľudské právo, a podobne ako láska, je aj šťastie centrálnou témou našej práce a tvorby.

Mali by sme rozlišovať medzi dvoma typmi šťastia: dlhodobým pretrvávajúcim pocitom šťastia (subjektívna pohoda, spokojnosť) a krátkodobou emóciou intenzívneho šťastia (radosť, uspokojenie).

Ako pretrvávajúci pocit je šťastie najobecnejšou pozitívnou emóciou. Zahŕňa obecné hodnotenie nášho života ako celku alebo prinajmenšom významných aspektov nášho života, ako je práca, zdravie a rodina. Šťastie v tomto zmysle sa dotýka našich najhlbších zámerov a usilovaní. Preto nie je iba príjemným pocitom, ale zahŕňa tiež hodnotenie našej situácie a veci okolo nás ako v zásade dobrých a správnych (Averill a More, 1993). Ako akútna emócia je šťastie krátkodobý stav potešenia alebo uspokojenia, ktorý sa objavuje ako výsledok určitej pozitívnej zmeny. I človek, ktorý je obecné depresívny, sa môže čas od času smiať a byť potešený konkrétnou udalosťou.

Radosť

Radosť nemôže byť získaná usilovaním o ňu, skôr sa zdá byť vedľajším produktom úsilia, ktoré má iný cieľ. Radosť sa proste prihodí – jej najsilnejšie momenty sú neplánované a neočakávané.

Iným prípadom je stav „flow“ – stav plynutia, zážitky optimálneho prežívania. K tým možno smerovať cielene a opakovane. Ide o stavy, kedy sme naplno pohltení aktivitou, ktorú robíme, a všetko ostatné ustupuje do pozadia. Sme úplne sústredení, ale sústredenie nevyžaduje úsilie a regulácia našej činnosti je veľmi presná a efektívna. Optimálne prežívanie sa objavuje v zóne odpovedajúcej našim aktuálnym možnostiam, alebo je len o dosiahnuteľný kúsok presahujúce (ani príliš ľahké ani príliš ťažké aktivity). Pri optimálnom prežívaní dochádza ku koncentrácii nevyžadujúcej úsilie, čo sa prejavuje v zníženej kortikálnej aktivácii (podobnej iným koncentratívnym stavom, ako je hypnóza či meditácia). Toto prežívanie býva popisované ako stavy extázy, ktoré poskytujú intenzívnu radosť a dlhodobo pretrvávajúce pocity naplnenia (Stuchlíková, 2002, s. 127).

3.4.2 Nenávisť a hnev

Nenávisť

Nenávisť je dlhodobým vzťahom a jej vznik nemusí priamo súvisieť s nejakým osobne pociťovaným útokom. Vyžaduje hodnotenie objektu ako ohrozujúceho alebo zlého.

Nenávisť sa môže vzťahovať k obcejším a menej personálne špecifickým okolnostiam. Nenávidená osoba nás dokonca nemusela poškodiť, alebo aspoň nie v danú chvíľu alebo v nedávnej minulosti. Vzhľadom k negatívnemu hodnoteniu charakteru tejto osoby sme však presvedčení, že je schopná nám uškodiť či ublížiť. O objekte našej nenávisti často ani nepoznáme konkrétne detaily. Nenávisť obsahuje určité odosobnenie (odcudzenie). Podobne ako je tomu u predsudkov, je aj nenávisť často živená čiastočnou alebo skreslenou informovanosťou a našim ignorovaním reálnych informácií o danom objekte. Táto obcejšia povaha nenávisti sa väčšinou odráža vo fakte, že nenávisť býva veľakrát zameraná na celú skupinu, pričom prehliadame individuálne rozdiely medzi jej členmi. Nenávisť sa často pretvára

v dlhodobí citový vzťah k určitému objektu (podľa Aristotela hnev môže byť časom zahojený, nenávisť však nie).

Nenávisť sa nemusí objaviť iba ako výsledok nejakého „poškodenia“, ktoré nám spôsobil druhý človek, ale naopak môžu byť dôsledkom toho, že mi sme ublížili niekomu inému. Odsudzujeme tohto človeka za to, že nás dostal do situácie, v ktorej sme nechceli byť, presnejšie povedané do situácie, kedy nás donútil, aby sme mu ublížili.

Hnev

Hnev je zaradený k základným emóciám a býva považovaný za jednodimenzionálny koncept, tzn. že sa rôzne stavy hnevu líšia viac-menej iba v intenzite (hnev, zlosť, zúrivosť).

Z obsahového hľadiska je to, čo v nás vzbudzuje hnev, hlavne sociálne neprimerané chovanie, ako je bezohľadnosť, nevychovanosť, to, že sa druhí opovažujú s nami nesúhlasiť, to, že nás napadajú, zosmiešňujú, ponížujú.

Napriek tomu, že v situáciách silného afektu hnevu môžu našu myseľ ovládnuť predstavy odvetných akcií, celkovo u civilizovaných ľudí prevažuje prianie, ale i realita ukludňujúcich vysvetľujúcich akcií nad otvorenou agresiou. Napriek tomu, že máme chuť vyliatť si zlosť, povedať niečo, hodiť niečím, málokedy je to tendencia k reálnemu jednaniu. Skutočné akcie, ktoré v záchvatoch hnevu väčšinou podnikáme, bývajú vedené snahou ukladiť situáciu, prípadne bývajú vyjadrením verbálnej agresie. Fyzická agresia je tlmená sociálnymi normami, a z toho dôvodu je veľmi vzácnym javom. Naše jednanie, resp. chovanie, v situáciách hnevu ovplyvňujú dva faktory, a to faktor vrodeného a faktor naučeného spôsobu reagovania (Stuchlíková, 2002, s. 139).

3.4.3 Úzkosť a strach

Strach býva definovaný ako emocionálny stav v prítomnosti alebo pri očakávaní nejakého nebezpečného, škodlivého alebo ohrozujúceho podnetu. Strach je dôležitým motivátorom a zdrojom konštruktívnej energie. Pomáha nám rýchlo sa orientovať v neustále premenlivom okolí. Je prirodzenou a užitočnou emóciou.

Úzkosť býva definovaná ako difúzny trvalý pocit ohrozenia, kedy prežívajúci nie je schopný presne povedať, čo konkrétne ho ohrozuje. Človek je bytosť „hodnotiaca“,

ktorá interpretuje svoj život a svet v kategóriách symbolov a významov. Je to ohrozenie hodnôt, ktoré individuum považuje za zásadne pre sebaopojatie, ktoré spôsobuje úzkosť. V tomto zmysle je úzkosť nevyhnutnou súčasťou nášho života.

Oboje – úzkosť i strach – sú výrazne špecifické emocionálne stavy: sú nepríjemné, namierené do budúcnosti v zmysle blížiacej sa hrozby, doprevádzané nepríjemnými telesnými zmenami (napr. ťažkosti pri dýchaní, stiesnený pocit v hrudníku a hrdle).

Časté prežívanie strachu vedie k náchylnosti k úzkosti. Úzkostlivosť činí človeka citlivejším voči prežívaniu strachu v rade najrôznejších situácií (Stuchlíková, 2002, s. 145).

3.4.4 Smútok a zármutok

Smútok

Pri smútku, kedy nám udalosti pripadajú beznádejné a máme pocit, že nám nezostáva nič, len ich trpkosť znášať, prevažuje aktivácia parasympatickej vetvy vegetatívneho nervstva, čo vedie k tomu, že ľudia môžu plakať, ich krvný tlak a pulz klesajú, svalové napätie je znížené a vzrastá neschopnosť aktivity.

C. E. Izard (1977) v jednej zo svojich štúdií ukázal, že pre väčšinu ľudí je hlavnou príčinou smútku pocit separácie – separácia od rodiny, od priateľov, pocity, kedy sa cítime odstránení, ako by sme nikam nepatrili, chvíle, kedy nie sme schopní komunikovať s ostatnými a vyjadrovať svoje skutočné pocity alebo získať sympatie. Inou hlavnou príčinou smútku je neúspech – imaginárny alebo skutočný. Ľudia sú často smutní vo chvíľach, kedy neuspeli v romantickom vzťahu, v sociálnych vzťahoch, v športe alebo v pracovných aktivitách. Podľa Izarda sú však takéto smutné udalosti neoddeliteľnou súčasťou života. Preto je pre ľudí dôležité naučiť sa zvládať takéto stavy efektívnym spôsobom.

Zármutok

Zármutok je najsilnejší typ sklúčenosti. Vzťahuje sa k situáciám straty, ktoré nás nechávajú celkom bezmocnými. Zármutok býva často spojovaný s reakciou na smrť blízkych ľudí. Zatiaľ čo smútok je relatívne jednoznačná priama emócia, zármutok zahŕňa vedľa smútku ešte ďalšie emócie, ako je hnev, znechutenie alebo pocity viny. Zármutok je omnoho komplikovanejšia a intenzívnejšia emócia než smútok. Je to emócia dlhého trvania (Stuchlíková, 2002, s. 150).

3.5 Citové stavy mladého človeka

City a emócie mladého človeka sú mnohotvárne čo do intenzity, dĺžky trvania a vplyvu na celú činnosť. Z najrôznejších prejavov emocionálneho prežívania môžeme u mladého človeka ako osobitnú triedu vyčleniť citové stavy. K citovým stavom zaraďujeme: *afekty*, *nálady* a *vášne*. Významným znakom psychických stavov vôbec a citových stavov zvlášť je ich časové ohraničenie, to znamená, že na určitý čas môžu rozhodujúco ovplyvniť správanie mladého človeka. Teda môžu ale aj nemusia, pretože citové stavy sú podmienené osobitosťami pôsobiacich podnetov a javov prostredia, ako aj danosťami samého človeka, vlastnosťami jeho osobnosti.

Afekty sú silné, búrlivo prebiehajúce a rozlične dlho trvajúce emocionálne vzplanutia. Viažu sa na nejaký konkrétny obsah, sú výrazom postoja k niečomu (zdesenie, smútok za niekým, strach z niečoho a podobne). Afekty teda môžu mať rozličnú intenzitu i trvanie a podľa toho aj ich účinky sú u mladého človeka momentálne alebo následné.

Afekt zvyčajne zachvacuje celého človeka a významne ovplyvňuje jeho psychickú činnosť i správanie. Obsah afektu plne zaujme vedomie človeka, často natoľko, že nevie kontrolovať svoje správanie. V stave afektu sa mladý človek môže dopustiť aj takých činov, ktorých by sa v normálnom citovom stave nedopustil. Správanie mladého človeka je v afektívnom stave veľmi často neprimerané danej situácii a po skončení afektu zvyčajne svoje správanie ľutuje. Je zrejmé, že mladý človek, ktorý sa nachádza v stave afektu, si obvykle dostatočne neuvedomuje, čo robí, nie je schopný predvídať následky svojho správania. Takéto správanie úzko súvisí s tým, že počas afektu dochádza v psychike človeka k takým zmenám, ako je *znížená súdnosť* (človek nesprávne hodnotí a posudzuje situáciu), *znížené vedomie* (človek je sústredený len na úzky okruh podnetov, ktoré afekt vyvolali). Dochádza aj k poruchám motorickej koordinácie. Značne je oslabená regulujúca úloha mozgovej kôry, v dôsledku čoho nadobúdajú prevahu podkôrové centrá. Afektívny stav sa prejavuje útlmom vedomej činnosti. Konanie v afekte akoby sa človeku vymykalo spod kontroly, nie je ním plne riadené. Preto sa afekt, teda silné duševné hnutie, chápe aj ako poľahčujúca okolnosť.

Koreň vzniku afektívneho stavu spočíva jednak vo zvláštnostiach situácie, ktorá afekt vyvolala (konfliktové situácie či nezdravé medziľudské vzťahy sa môžu stať príčinou afektívneho reagovania aj u inak pokojného človeka), jednak v osobitostiach

samého človeka (napríklad citovo labilný, ťažko sa ovládajúci človek môže afektívne reagovať aj na obyčajnú maličkosť). Sklon k afektom majú väčšinou ľudia s narušenou rovnováhou takých základných nervových procesov, ako sú vzruch a útlm, u ktorých prevláda vzruch nad útlmom. Častejšie sa s afektami stretávame u ľudí málo vzdelaných a vychovaných, hysterických, no najmä u tých, ktorí si nenavikli kontrolovať priebeh, dynamiku svojich citov.

Nálady sú do dĺžky trvania a intenzity protikladom afektov. Nálady sú teda viac-menej trvalým citovým stavom, ktorý dodáva všetkým ostatným zážitkom určité emocionálne zafarbenie. Inak povedané, nálady sú dlhšie trvajúce citové stavy slabšej intenzity, ktoré môžu významne ovplyvniť psychickú činnosť a správanie mladého človeka. Vyvolávajú ich rozličné udalosti, ktoré majú pre človeka nejaký význam, prípadne aj telesný stav (zdravie, sviežosť, únava).

Impulzom podmieňujúcim vznik nálady môže byť jednotlivý dojem, spomienka, myšlienka alebo aj určitý afekt, pričom sa intenzita nálady v priebehu dňa mení.

Na správanie mladého človeka môže nálada vplývať pozitívne (napríklad pri radosť, spokojnosť) alebo negatívne (napríklad pri smútku, sklúčenosti, podráždenosti).

Časové trvanie alebo stálosť nálady je u rôznych ľudí rozličná. V zhode s tým hovoríme o tzv. náladových ľuďoch, u ktorých sa jedná nálada rýchlo strieda s druhou.

U mladých ľudí pozorujeme prevažne tieto základne nálady:

- *povznesená až expanzívna nálada* sa prejavuje veselosťou, bujnou, zvýšeným sebavedomím, pribojnosťou, v extrémnych prejavoch neskrotnosťou, vystatovačnosťou i výstredným smiechom. Táto nálada vznikne u mladého človeka spravidla vtedy, keď zažije niečo príjemne;
- *skleslá až depresívna nálada* sa vyznačuje všeobecnou skleslosťou, pasivitou, utiahnutosťou, stratou sebadôvery, bočením od ľudí. Môže sa dostaviť u mladého človeka, ktorý prežil nejaký neúspech;
- *stiesnená až sklúčená nálada* sa najvýraznejšie prejavuje bezradnosťou. Je veľmi blízka skleslej až depresívnej nálade. U mladých ľudí často vyplýva z toho, že postihnutí nie sú schopní zvládnuť nejakú situáciu, vonkajší alebo vnútorný problém;
- *zlostná nálada* sa najčastejšie prejavuje vzťahovačnosťou, podráždenosťou, urážlivosťou, zvýšeným sebavedomím i útočnosťou. Je príznačná viac pre starobu ako pre mladší vek.

Citový stav, nálada človeka teda v mnohom závisí od prostredia, v ktorom žije, pracuje, oddychuje; od ľudí a vecí, ktoré ho obklopujú doma aj na pracovisku, na ulici aj na prechádzke prírodou.

Vášeň predstavujú osobitnú kategóriu emocionálno-citových stavov. Vášeň je silný, hlboký a dlho trvajúci cit, ktorý sa zmocňuje celého človeka, jeho myšlienok i činnosti. Vyznačuje sa veľkou intenzitou, zacielenou na uspokojenie určitých potrieb. Poznáme vášeň športovú, cestovateľskú, zberateľskú, čitateľskú, no aj alkoholickú, kartársku, fajčiarsku atď. Vášeň ako veľmi intenzívny citový vzťah významne determinuje celé správanie mladého človeka, zachvacuje ho a stáva sa veľkou silou. Vášeň sa môže vyznačovať vzplanutím, sústredením, pohotovosťou myšlienok a síl, ich zameraním na jeden cieľ. Spoločenskú hodnotu vášne určuje práve jej zacielenie (Boroš, 1983, s. 189).

Sila a energia, ktoré vášeň predstavuje, môžu byť zacielené a využité na pozitívne, hodnotné, užitočné, ako aj negatívne, nízke ciele. Podľa toho delíme vášne na:

- *kladné* – predmetom kladných vášní môže byť spoločensky užitočná a prospešná (literárna, umelecká alebo vedecká) práca vykonávaná s veľkým zanietením a náruživosťou;
- *záporné* – predmetom záporných vášní bývajú nízke a nedôstojné ciele, v ktorých človek nachádza uspokojenie (alkoholizmus, hazardné hry a podobne).

3.6 Funkcie emócií

V priebehu evolučných zmien vznikli emócie ako špecifické funkcie organizmu, zaisťujúce dokonalejší spôsob prežitia. Tieto mechanizmy sa menia len veľmi pozvoľne, takže i kultivovaného človeka súčasnej dnešnej spoločnosti, ktorý už žije v celkom inom životnom prostredí než pračlovek, si emócie podržali svoju pôvodnú biologicky účelnú funkciu.

Dnešní ľudia nie sú už ohrozovaní dravými zvieratami, nemusia zápasiť o holý život. Sú však vystavení celkom iným, dalo by sa povedať symbolickým hrozbám (strata prestíže, spoločenského postavenia), na ktoré reagujú úplne rovnakými obrannými mechanizmami (identicky), ako pred tisícami rokmi. Tým sa život človeka značne komplikuje a stáva sa zdrojom stresov či rozmanitých psychosomatických chorôb.

Emócie plnia dve veľmi zásadné funkcie:

Hodnotiacu – signalizuje, čo je pre človeka životne dôležité a pomáha uspokojovať jeho potreby z hľadiska spoločenského bytia (napr. situácia je pre mňa „dobrá“, „priaznivá“).

Regulujúcu – prejavuje sa vo výraze a chovaní, stáva sa motívom jednania a ovplyvňuje spôsob jeho života. V mnohých situáciách človek reaguje emotívne, ale nemôže sa vždy chovať tak, ako by chcel a ako by to odpovedalo jeho pocitom. Musí svoje chovanie ovládať a je nútený robiť i to, čo je z určitého hľadiska nutné, i napriek tomu že by to bolo nepríjemné a nepohodlné (Stuchlíková, 2002, s. 85).

Od ostatných psychických procesov sa emócie líšia podľa literatúry týmito podstatnými vlastnosťami (Bordeová, 2001):

Subjektívnosť – dvaja ľudia môžu tie isté podnety prežívať odlišne.

Polárnosť – väčšina emócií má svoj protiklad, môžu prechádzať od jedného pólu k druhému. (radosť – smútok).

Ambivalencia – emócie sú obvykle zmiešané, zložitejšie city sú výsledkom spojenia odlišných kvalít (prežívanie zároveň kladného i záporného emočného vzťahu k podnetu).

Aktuálnosť – emócie sú vždy spojené s určitým obsahom vedomia, ten istý podnet doprevádza emócie odlišné kvalitou i kvantitou.

Stereotypnosť – opakovaním určitých emócií dôjde k ich upevneniu natoľko, že pretrvávajú, napriek tomu že podnet už nepôsobí.

Stálosť – doba trvania jednotlivých emócií môže byť rôzna od okamžitého citového vzplanutia až po roky trvajúce citové vzťahy. Kvalita sa môže meniť.

Nákazlivosť – emócie sa môžu prenášať z jedného človeka na druhého, prenos závisí na situácii, medziľudských vzťahoch, osobnostných vlastnostiach.

Adaptácia – stále opakujúce sa podnety môžu prestať vyvolávať emócie.

Hĺbka – je posudzovaná podľa toho, či sú emócie povrchné alebo či zasahujú celú osobnosť.

4 Správanie mladého človeka v konfliktných situáciách

Je príznačné, že správanie mladého človeka v adolescentnom veku smeruje k spoločenskému prispôsobeniu, k adaptácii (z latinského ad – k, ku; iustus – správny, spravodlivý). Adaptáciou v psychológii vyjadrujeme celostnú aktivitu osobnosti človeka v procese vstupovania do nových situácií, do nových životných podmienok.

Ak ide u mladého človeka o adaptáciu, ktorá sa prejavuje v jeho kladnom prispôbovaní sa spoločenskému prostrediu, hovoríme, že je bezkonfliktná. Ak však medzi vnútornými tendenciami k určitému správaniu a medzi spoločenským prostredím dochádza k nesúladu a k rozporom, vznikajú konflikty (konfliktné situácie).

4.1 Čo je konflikt

Konflikt je také protirečenie medzi ľuďmi, ktoré charakterizuje odporovanie, prípadne vedie ku konfliktným situáciám, kde sa týka sociálneho statusu alebo osobnosti, ich materiálnych či duchovných záujmov, prestíže, osobnej morálky a podobne. Takéto protirečenia obvykle nevedú u mladých ľudí len k rozumovým úvahám a hodnoteniam, ale často sa spájajú s takými prejavmi emócií, ako sú hnev, urážka, opovrhovanie, rozhorčenie, pobúrenie, strach a iné. Konflikty môžu viesť a aj vedú k dezorganizácii práce jednotlivcov i celých kolektívov, že nepriaznivo pôsobia na neuropsychický stav mladých ľudí. Vyvolávajú osobnú nevraživosť, vzrastanie napätia zo vzájomného odporu, z očakávania nepríjemností, čo môže viesť k ťažkým psychickým stavom (Boroš, 1988, s. 147).

4.2 Príčiny vzniku konfliktov

Každý človek by zo svojho blízkeho či vzdialenejšieho prostredia iste vedel označiť ľudí, ktorí, dalo by sa povedať, majú osobitnú „schopnosť“ vyvolávať konflikty, či už s okolím, alebo so sebou. Takýchto ľudí, ktorí v sebe prekonávajú zvýšenú náchylnosť ku konfliktom, nazývame konfliktogénnymi. Sú to najčastejšie ľudia, ktorí sa nevedia ovládať, silne prežívajú emocionálne zážitky, pričom svoje citové zážitky a postoje chcú nanútiť aj okoliu. Rozhodujúce sú pre nich predovšetkým citové argumenty a nevedia či

nechcú pochopiť rozumové argumenty nikoho iného. Neovládaná emocionálnosť im znemožňuje pokojne a zodpovedne uvážiť svoje správanie a konanie.

Častou príčinou konfliktov je aj skreslená predstava človeka o vlastnej osobnosti, napríklad vtedy, keď nepozná objektívne svoje klady a zápory či možnosti a obmedzenia. Ak človek svoje vlastné kvality a predpoklady posudzuje príliš optimisticky a v jeho očiach nerozvážne narastajú možnosti dosiahnuť rozmanité ciele, riešiť ťažké, zložité úlohy, sprevádzane navyše namysleným správaním, a neskôr zistí, že nedosahuje predpokladaný úspech, zjavujú sa konflikty, ktoré neraz môžu znamenať vážny životný zlom.

Takisto však môžu vznikať konflikty pri sebahodnotení, ktoré plodí napríklad pocit neistoty, obavu, odpor k činnosti či útek pred zodpovednosťou. U sebahodnotujúceho mladého človeka vznikajú konflikty jednak z protikladnosti snáh a rozličných zábran, napríklad silná túžba vydobýť si uznanie v prostredí, istú pozíciu, ale aj rozličné zábrany, neistota, nesmelosť, jednak z toho, že sebahodnotujúci človek nemá zvyčajne dostatok odvahy rozhodnúť sa, konať a správať sa želaným spôsobom.

Konflikty pokladáme za jeden z najvýznamnejších agensov neurotických porúch. Najčastejšie ich u mladých ľudí spôsobujú konflikty vyplývajúce z nepriaznivého uspokojovania takých potrieb, ako je potreba primeraného sociálneho ocenenia, potreba spoločenského spolužitia, potreba sebauplatnenia, ale aj konflikty veľkej intenzity týkajúce sa niektorej veľmi významnej oblasti osobnosti, ako i konflikty dlhého trvania.

Veľa konfliktov môže vznikať aj v dôsledku chýb vo výchove (v rodinnej i školskej), ktorá nepripravila mladého človeka tak, aby bol schopný plniť požadované úlohy, respektíve nevypestovala v ňom schopnosť správať sa a konať v konfliktových situáciách (Křivohlavý, 1973).

4.3 Druhy konfliktov

Medzi ľuďmi sa dosť často stretávame s tzv. konfliktmi vonkajšími a vnútornými. O vnútorných konfliktoch hovoríme vtedy, keď v človeku samom vzniknú protikladné tendencie k určitému správaniu, činnosti alebo konaniu. Týkajú sa jedného mladého človeka a jeho vnútorných protirečení, ktoré sa navonok vždy ani nemusia otvorene prejaviť (nevie sa rozhodnúť, akú profesiu si zvolíť, kde ísť na dovolenku a podobne). Tieto zdroje konfliktov sú vo veľkej miere závislé od povahovo-charakterových

vlastností mladého človeka, od jeho predstáv o sebe. Môže sa to prejavíť vznikom odporu k činnosti, útekou pred zodpovednosťou, nesmelosťou. Zdrojom konfliktov v mladom človeku môže byť aj jeho momentálny telesný a psychický stav (nálada, vzrušenie, únava), jeho nedostatočný telesný vývin (malý alebo nadmieru vysoký vzrast, neobratnosť, nešikovnosť, nedostatok v zručnostiach, v návykoch, chýbajúce, prípadne nie moc rozvinuté schopnosti).

O vonkajšom konflikte hovoríme vtedy, keď vonkajšie prostredie kladie protikladné, nesúladné požiadavky na správanie; vtedy, keď sa konflikt odohráva v „teréne“, t.j. keď dochádza napríklad k názorovej zrážke mladých ľudí v kolektíve v dôsledku toho, že vlastne každý reprezentuje iné stanovisko alebo sa snaží dosiahnuť iné ciele.

Ešte častejšie sú interpersonálne konflikty, ktoré vznikajú medzi dvoma i viacerými mladými ľuďmi (spory, trenice, hádky), ako aj kognitívne konflikty, ktoré vznikajú vtedy, keď si mladí ľudia na základe poznania určitých skutočností utvárajú diferencované názory (rozličné názory na spôsoby riešenia pracovnej disciplíny, odmeňovania, atď.). Zdroje týchto konfliktov zasa nachádzame spravidla vo vonkajšom prostredí. Môžu ich vyvolávať také objektívne prekážky, ktoré mladému človeku bránia dosiahnuť vytýčený cieľ, alebo vôbec istý cieľ si voľiť.

V závislosti od rozličných situácií vznikajú aj rôzne typy konfliktov. V takom prípade, keď na človeka pôsobia súčasne dva rovnako lákavé ciele, nemôže však oba súčasne dosiahnuť, hovoríme o konflikte pozitívnych hodnôt. Taký typ konfliktu vzniká vtedy, keď sa napríklad mládenec musí rozhodnúť, či ísť na schôdzku s dievčaťom, alebo ísť na futbal s dobrým priateľom. Spravidla tieto situácie vedú ku kolísaniu (váhaniu), nemusia však vyvolať ťažký konflikt, ak, pravda, v ňom skryte nepôsobí nejaká negatívna sila (strach, žiarlivosť a podobne). Iný typ konfliktu vzniká vtedy, keď súčasne pôsobia negatívne hodnoty. V takom type konfliktu má mladý človek možnosť voľby, a to buď vykoná povedzme nepríjemnú úlohu, alebo priame trest za jej nesplnenie. Musí sa teda rozhodnúť medzi dvoma rovnako neželateľnými cieľmi, voľiť jedno z dvoch cieľov. Tieto situácie sú už ťažšie, človek neraz veľmi intenzívne hľadá z nich únik a odkladá ich riešenie. Známe a dosť časté sú aj konflikty, ktoré vznikajú medzi kladnou a zápornou silou. Dievča má rada chlapca, aj by mu chcelo vo všetkom vyhovieť, ale čo keď. Proste je to príjemne, ale má strach z následkov (Křivohlavý, 1973).

4.4 Predchádzanie konfliktom a riešenie konfliktov

Potrebné je, aby sme konfliktom a konfliktovým situáciám predchádzali. Pri predchádzaní konfliktom je dôležité včas postrehnúť a uvedomiť si vznikajúce protirečenie a rozpor a hľadať spôsob ich riešenia.

Pri predchádzaní konfliktom je dôležité dobre poznať členov kolektívu, ich záujmy, názory, ich osobitosti. Potom je možné predvídať reakcie členov kolektívu a postarať sa, aby ku konfliktu nedošlo.

Aj pre riešenie konfliktov a konfliktových situácií si treba uvedomiť, že konflikt skutočne škodí nielen všetkým členom pracovnej skupiny, všetkým priamo zúčastneným, ale aj nepriamo zúčastneným, že konflikt sa môže riešiť a vyriešiť len na základe principiálneho postupu, a to buď vytvorením situácie všeobecnej zainteresovanosti do riešenia, alebo individuálnym prerokovaním situácie s každým zúčastneným. Cieľom riešenia konfliktov je obnovenie narušenej vnútornej a vonkajšej rovnováhy. Pritom riešenie konfliktov závisí od ich povahy, od situácie, v ktorej vznikajú a prejavujú sa, od skúsenosti, od osobných vlastností jednotlivca, členov skupiny atď. Pri riešení konfliktov však vždy ide o veľmi zindividualizovaný proces.

Úspešné vyriešenie konfliktu vedie k uvoľneniu, poklesu napätia, k preorientovaniu na pracovné povinnosti. Narastá aktivita, mladí ľudia sa usilujú lepšie učiť, pracovať a udržiavať jednotu. Rozvážny postup a kladný výsledok pri riešení konfliktov majú teda veľký sociálny význam (Boroš, 1988, s. 153).

PRAKTICKÁ ČASŤ

V teórii bolo podrobne popísané obdobie mladého človeka a jeho citový svet. Na základe týchto poznatkov som sa pokúsila pomocou dotazníkovej metódy preskúmať niektoré vytypované problémy u súčasnej študujúcej adolescentnej mládeže. Dotazník som skonštruovala na základe poznania prostredia a analýzy problémov, tak aby som získala subjektívne názory a postoje mladých ľudí. Pochopiteľne, pri prvom pokuse o takto zameraný výskum si nemôžu získané údaje robiť nárok na všeobecnú platnosť. Skúmané problémy som rozdelila do troch základných častí. Prvá časť sa týka vzťahov a konfliktov v rodine, škole a medzi rovesníkmi. Druhá časť tvoria otázky emócií a citov mladého človeka a tretia časť sa týka voľby povolania. Výsledkom je vyhodnotenie jednotlivých problémov u adolescentov vo veku okolo 15 rokov (mládež pripravujúca sa na stredné školy) a adolescentov vo veku 19 rokov (končiacich stredné školy).

Ciele:

- Zistiť, aké najčastejšie vzťahy sa vytvárajú medzi adolescentom a rodičmi, adolescentom a učiteľom, adolescentom a jeho rovesníkom.
- Zistiť, aké sú hlavne prejavy citov súčasnej adolescentnej mládeže.
- Zistiť, ktoré faktory najviac ovplyvňujú voľbu povolania.

Výskumná vzorka:

Z celkového počtu 60 respondentov je 31 vo veku okolo 15 rokov (z toho chlapcov 14 a dievčat 17) a 29 vo veku okolo 19 rokov (z toho 11 chlapcov a 18 dievčat).

Výskumná metóda:

Výskum bol prevedený na základe dotazníkovej metódy. Dotazník má formu písomne položených otvorených, uzavretých a polouzavretých otázok.

Vyhodnotenie dotazníku je slovné alebo grafické pomocou tabuľky. Dotazník zisťuje postoje a názory na jednotlivé problémy adolescentnej mládeže.

Testový materiál tvoria dva dotazníky, jeden sa týka mládeže vo veku 15 rokov a druhý mládeže vo veku 19 rokov. Obidva dotazníky sa skladajú zo 40 položiek týkajúcich sa postojov a reakcií adolescentov (Príloha 1, 2).

Hypotézy:

H1.1: Predpokladám, že vek a pohlavie bude mať výrazný vplyv na vzťahy adolescentov a rodičov.

H1.2: Predpokladám, že vek a pohlavie bude mať výrazný vplyv na vzťahy adolescentov ku škole.

H1.3: Predpokladáme, že vzťah adolescentov k svojim rovesníkom bude vo väčšine prípadov pozitívny a je v tomto období veľmi dôležitý.

H2: Predpokladám, že u adolescentov budú prevládať pozitívne city (radosť, šťastie, vzrušenie, atď.) a majú pre nich veľký význam.

H3.1: Predpokladám, že adolescenti sú pri voľbe povolania dosť ovplyvňovaní kamarátmi a rodičmi.

H3.2: Predpokladám, že adolescenti strácajú záujem o manuálnu činnosť.

Výsledky a hodnotenie:

1. Časť: Vzťahy a konflikty

V prvej časti dotazníka išlo o zistenie subjektívnych názorov súčasných adolescentov na ich vzťahy v rodine, v škole a medzi svojimi vrstovníkmi.

Vo výskume som predpokladala, že vek a pohlavie majú výrazný vplyv na vzťahy adolescentov a rodičov (H1.1). Vzťah respondentov k svojim rodičom bol v dotazníku zisťovaný na 5-stupňovej škále (1 – veľmi zlý, 2 – zlý, 3 – normálny, 4 – dobrý, 5 veľmi dobrý).

Dotazovaní adolescenti celkovo hodnotia vzťah k rodičom pozitívne, i keď v niektorých prípadoch odlišne. V globálnom pohľade som teda zistila prevažujúce pozitívne vzťahy s rodičmi u 19 ročných adolescentov. Potvrďuje sa teda, že negácia či hlboký konflikt dospievajúceho s rodičmi nie je vždy nutnou podmienkou pre novú kvalitu vzťahu, negatívne vzťahy sa objavujú skôr tam, kde je možné zaznamenať rizikové chovanie adolescentov. Z prierezového zrovnania získaných dát vyplýva, že vyššia miera pocitu porozumenia je charakteristickejšia pre starších respondentov, s nižším vekom klesá. Chlapci a dievčatá v 15 roku prechádzajú z obdobia puberty a preto ich postoj k názorom dospelých je ešte podstatne odlišný od postoja 19 ročných adolescentov, preto aj ich vzťah k rodičom v niektorých prípadoch je zlý.

Pri porovnaní dievčat a chlapcov sa ďalej ukazuje, že vyššiu mieru porozumenia s rodičmi majú chlapci. Dievčatá vo väčšej miere než chlapci uvádzajú, že sa s rodičmi hádajú. Zmeny v puberte sú z psychosociálneho hľadiska viac záťažové pre dievčatá (viac nepríjemných pocitov, problémov a kontroly) než pre chlapcov.

Medzi najčastejšie predmety konfliktov medzi mladými a ich rodičmi patrí: neskorý príchod domov, neplnenie si školských povinností, neporiadnosť, prílišná starostlivosť rodičov rozdielnosť názorov, nedôvera. Naopak, medzi vlastnosti rodičov, ktoré si mladý človek najviac váži, patria: starostlivosť, láskavosť, tolerancia, chápanosť, dôvera, záujem. Rodičia sú dôležití pre dieťa v každom jeho období, to platí aj pre obdobie adolescencie, pričom veľmi dôležitý je spôsob vzájomnej komunikácie a vzájomný rešpekt.

V ďalšej oblasti výskumu som predpokladala, že vek a pohlavie majú výrazný vplyv na vzťah adolescenta ku škole (H1.2). Na základe zistených výsledkov možno konštatovať že kritika žiakov voči učiteľom klesá s vekom adolescentov .

Vzťah respondentov k učiteľom bol v dotazníku zisťovaný na 3-stupňovej škále (1 – záporný, 2 – normálny, 3 – kladný). V tejto oblasti možno opäť pozorovať rozdiely v postojoch chlapcov a dievčat, ale už v menšej miere. Vyskytuje sa väčší počet chlapcov, ktorí majú záporný vzťah ku škole, ale v neskoršom veku sa to často zmení. Na vzťah adolescenta ku škole má veľký vplyv aj osobnosť a vlastnosti pedagóga. Medzi negatívne vlastnosti pedagóga, ktoré vytvárajú záporný vzťah ku škole patria: sebeckosť, povýšenosť, , prísnosť, uprednostňovanie, veľké požiadavky a iné. Naopak vlastnosti podporujúce kladný vzťah ku škole sú: záujem, tolerancia, trpezlivosť, porozumenie, autorita a súčasne zmysel pre humor. Preto je dôležité aby si pedagóg uvedomoval svoje správanie a to isté platí aj zo strany žiaka.

Tretia oblasť bola zameraná na vzťahy medzi rovesníkmi. Tu bol predpoklad, že vzťah adolescentov k svojim rovesníkom bude vo väčšine prípadov pozitívny a je v tomto období veľmi dôležitý (H1.3). Z výskumu vyplynulo, že mladý človek si v tomto období veľmi váži priateľstvo. Pre niektorých má dokonca väčší význam než rodina. Podraz alebo klamstvo blízkeho priateľa môže spôsobiť vážne následky. Mladý človek si začne vytvárať odstup, utiahne sa a stáva sa z neho samotár, ktorý už nedokáže dôverovať.

Medzi najčastejšie vymenované vlastnosti najlepšieho priateľa boli v dotazníku tieto: dôvera, opora, úprimnosť, chápanosť, ochota pomôcť, vtipnosť, dostatok času . Našlo sa aj niekoľko osôb, ktoré nemajú najlepšieho priateľa, práve kvôli zrade.

2. Časť: Emócie a city

Z hľadiska emócií a citov sa predpokladalo, že u adolescentov budú prevládať pozitívne city (radosť, šťastie, vzrušenie, atď.) a majú pre nich veľký význam (H2). Z výskumu vyplýva, že adolescenti prezentujú väčšiu spokojnosť so svojím životom. Až 78,3 % adolescentov patrí medzi živých a veselých spoločníkov, ktorí túžia po rozruhu okolo seba a 21,7% tvoria tichí a utiahnutí adolescenti. Jednotlivé prejavy citov, ktoré sa najčastejšie vyskytujú u mladého človeka sú zobrazené v nasledujúcej tabuľke (Tab. 1).

Tab.1: Prejavy citov najčastejšie sa vyskytujúcich u mladého človeka

<i>Prejavy citov</i>	<i>[%] respondentov</i>
<i>Šťastie, radosť</i>	82,4
<i>Smútok, zármutok</i>	27,1
<i>Hnev</i>	58,8
<i>Strach, tréma</i>	52,9

Vzhľadom k pohlaviu a veku adolescentov:- chlapci a mladší adolescenti prezentujú celkovo pozitívnejší vzťah k sebe a k vlastnému životu než dievčatá a starší adolescenti. Tam, kde sú vekové rozdiely, je to takmer výhradne vždy v prospech mladších adolescentov - lepšie zvládajú neočakávané situácie, pozitívnejšie vidia vlastnú budúcnosť, nachádzajú u seba viac vecí, ktoré si cenia, viac si veria. Počiatok dospievania je vzhľadom k nárokom na adolescentov skôr obdobím klľudu, väčšia záťaž súvisí až s prechodovým obdobím, kedy adolescent činí závažné rozhodnutia a musí sa adaptovať na nové úlohy a požiadavky okolia. Ukázalo sa, že chlapci prežívajú v porovnaní s dievčatami vyššiu pohodu, sú optimistickejší pri “vyhliadkách” do budúcnosti, viacej si veria.

Emócie a city sú pre mladého človeka nevyhnutné. Osobnosť bez nich zhasína. Život stráca svoje čaro, zanikajú podnety na aktívnu činnosť.

3. Časť: Voľba povolania

Tretia časť dotazníka je zameraná na zistenie faktorov najviac ovplyvňujúcich voľbu povolania.. Predpoklad ovplyvňovania adolescentov pri voľbe povolania kamarátmi a rodičmi (H3.1) je korigovaný výsledkami uvedenými v tabuľke (Tab. 2), pretože najväčší počet adolescentov sa nenechá ovplyvňovať a volí si povolanie na základe vlastného uváženia.

Tab. 2: Faktory ovplyvňujúce výber školy a povolania adolescentov:

<i>Faktory</i>	<i>[%] respondentov</i>
<i>Rodičia, známi</i>	21,6
<i>Škola</i>	8,3
<i>Psychológ</i>	1,7
<i>Kamarát</i>	26,6
<i>Vlastná voľba</i>	36,8
<i>Iné</i>	5

S vekom sa postupne ušľachuje aj predstava o budúcom povolaní. U adolescentov vo veku 19 rokov je predstava budúceho povolania jasná iba v niektorých prípadoch neistá. U adolescentov vo veku 15 rokov sa vyskytujú aj prípady, kedy žiak nemá žiadnu predstavu budúceho povolania, alebo vo väčšine prípadov ich predstava nie je istá. Tieto odlišnosti sú spôsobené vekom, skúsenosťami a iným pohľadom staršej mládeže.

Vo všeobecnosti som predpokladala, že súčasná mládež stráca záujem o manuálne činnosti a presadzuje skôr povolania duševného charakteru (H3.2).

Pri skúmaní záujmov mládeže o jednotlivé druhy povolania na základných a stredných školách vyplývajú nasledujúce závery: u *chlapcov* najväčšiu popularitu majú činnosti technicko-konstruktívneho charakteru (mechanik, strojný inžinier, elektrikár a pod.), za nimi nasledujú povolania sociálno-humanistického zamerania (lekár, právnik, sudca, učiteľ, lesník a pod.), a potom činnosť esteticko-umelecká (maliar, architekt a pod.).

U *dievčat* vysoko prevládajú záujmy sociálno-humanitného charakteru a za nimi nasledujú esteticko-umelecké a technicko-konštruktívne záujmy. V úrovni záujmov sú výrazné rozdiely medzi chlapcami a dievčatami.

Povolania duševného charakteru nadobúdajú prevahu nad manuálnou činnosťou. Práce zamerané na služby poskytované iným ľuďom (číšnik, kuchár, krajčír, kaderník, predavač) majú nižšiu záujmovú úroveň. V každej z uvedených záujmových oblastí úroveň záujmu s vekom vzrastá.

Záver

Bakalársku prácu som spracovala na tému „Citový svet mladého človeka“. V teoretickej časti bolo mojou snahou vymedziť základné pojmy z teórie obdobia adolescencie, charakterizovať pojmy emócie a city a popísať príčiny vzniku konfliktov medzi adolescentmi a dospelými na základe dostupnej literatúry.

Všetko čo bolo popísané o prejavoch psychického života mládeže alebo o výchovných prostriedkoch, malo obecný charakter. Týkalo sa to väčšiny mládeže. V živote sa však stretávame s individuálnymi prípadmi. Ako už bolo spomínané, proces dospievania prebieha u rôznych jedincov rôzne. Týka sa to nie len začiatku a konca tohto obdobia, tempa zmien a stupňa synchronizácie v dospievaní jednotlivých funkcií, ale tiež postupnosti, s ktorými jednotlivé prejavy vstupujú.

Dôležitá je analýza životnej situácie dospievajúceho, činiteľov, ktoré podporujú nežiadúce javy. Zvláštnu pozornosť si zasluhujú všetky vplyvy prostredia (rodina, škola, skupina rovesníkov) a všetko to, čo môže mať v súčasnosti negatívny vplyv. Často sa stáva, že ťažkosti síce začínajú v dobe dospievania, avšak ich pôvod je v rannom vývojovom období.

Praktická časť bola venovaná analýze týchto jednotlivých vplyvov prostredia (rodina, škola, rovesníci), prejavovania citov (radosť, šťastie, smútok, hnev) a prieskumu faktorov ovplyvňujúcich voľbu povolania mládeže.

Pri úlohe rodiny treba zdôrazniť, že rodina tvorí najbližšie prostredie dieťaťa, v ktorom žije od narodenia až do odchodu z domova. V tej dobe rodina uspokojuje základné potreby dieťaťa, materiálne, citové, spoločenské, a je pre ne prameňom neustálych životných skúseností a poznatkov. Rodinné prostredie v značnej miere tvorí osobnosť jedinca, jeho záujmy, záľuby, návyky a zvyky, spoločenské a morálne postoje a jeho svetový názor.

Druhým výchovným prostredím vedľa domova je škola. Škola plní didaktickú a výchovnú funkciu.

Intenzívnejší a všestrannejší spoločenský život sa rozvíja v organizáciách mládeže, do ktorých mládež rada vstupuje, alebo na základe malých kamarátskych skupín.

Aj mladý človek v adolescentnom veku či chce, alebo nechce, musí vo svojom živote zaujímať určitý vzťah a postoj k predmetom a javom, k veciam a udalostiam, k iným ľuďom a ich konaniu, k vlastným činom i ku svojej vlastnej osobnosti.

Spokojnosť a nespokojnosť mladého človeka, jeho radosť a žiaľ, láska a nenávisť, bojové vzrušenie a strach, rozčúlenie a pokoj, to všetko sú rozličné druhy a prejavy jeho životných zážitkov.

To všetko sú príklady rozličných citov. Výsledky výskumu naznačujú, že v adolescencii sú prejavy citov a emócií veľmi dôležité a prevládajú vo väčšine prípadov pozitívne pocity.

Veľký záujem javí mladý človek o svoje budúce povolanie. Rozmýšľa, aj sa radí, zbiera informácie potrebné na toto životne dôležité rozhodnutie. Voľba povolania má by primeraná individuálnym schopnostiam. Má vyhovovať záujmom mladého človeka, ale aj záujmom spoločnosti. Je to pochod zložitý a závažný a vyžaduje si veľkú pozornosť. Všeobecne tiež platí, že záujmy v adolescencii sú reálnejšie, stabilnejšie, rozšírené o spoločensko-kultúrne a profesionálne záujmy a individuálne veľmi rozdielne.

Toto obdobie je veľmi dôležité v živote človeka a jeho skúmanie si vyžaduje dlhé obdobie. Táto práca tvorí len malú časť, ale verím, že bude dobrým prostriedkom pre ďalšie práce v tejto oblasti

Literatura

BLECHA, J. 1966. *Biologie dospívání*. Praha, 1966.

BORDEOVÁ, R. 2001. *Rozvíjení emocí u žáků na prvním stupni základní školy*.
Liberec: Diplomová práce 2001.

BOROŠ, J. *Citový svet mladého človeka*. 1988. Bratislava: Smena, 1988, ISBN 073-020-88.

BOROŠ, J. *Psychológia pre mladých*. 1983. Bratislava: Smena, 1983, ISBN 73-011-83.

BOROŠ, J. *Rozumiete dospievajúcim?*. 1977. Bratislava: Smena, 1977, ISBN 73-062-77.

CZAKO, M. – SEEMANNOVÁ, M. – BRATSKÁ, M. *Emócie*. 1982. Bratislava, 1982.

ĐURIČ, L. – ŠTEFANOVIČ, J. a KOL. *Psychológia pre učiteľov*. 1973. Bratislava:
Slovenské pedagogické nakladateľstvo, 1973, ISBN 67-027-77.

GRÁC, J. *Mladí v spoločnosti*. 1966. Bratislava, 1966.

HOLINOVÁ, H. *Kapitoly o mládeži a jej voľnom čase*. 1979. Bratislava, 1979.

KONEČNÝ, R. – KONEČNÁ, V. *Starosti s dospievaním*. 1966. Bratislava, 1966.

KOŠČO, J. – BLAŠKOVIČ, O. *Problémy výchovy mládeže k voľbe povolania*. 1964.
Bratislava, 1964.

KŘIVOHLAVÝ, J. *Konflikty mezi lidmi*. 1973. Praha, 1973.

LAPIŇSKÁ, R. *Psychologie dospívání*. 1970. Praha: Štátné pedagogické nakladateľstvo,
1970, ISBN 14-203-70.

NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*. 1999. Praha: Akademia vied Českej republiky, 1999, ISBN 80-200-0690-7.

SMRČKA, F. *Výchova dospívající mládeže*. 1968. Praha, 1968.

SOUČEK, J. a KOL. *Sociální psychologie mládeže*. 1967. Praha, 1967.

STUHLÍKOVÁ, I. *Základy psychologie emocí*. 2002. Praha: Portál, 2002, ISBN 80-7178-553-9.

ŠVANCARA, J. *Emoce, city, motivace*. 1973. Praha, 1973.

Zoznam príloh

Príloha 1: Dotazník pre žiakov vo veku 15 rokov

Príloha 2: Dotazník pre žiakov vo veku 19 rokov

Príloha 1: Dotazník pre žiakov vo veku 15 rokov

Milí žiaci a študenti

Dovoľujem si vás požiadať o vyplnenie dotazníka, ktorým chcem získať potrebné informácie pre porovnanie názorov na jednotlivé problémy a otázky mladej generácie súvisiace s jej citovým životom.

Dotazník vyplňte prosím zodpovedne, úprimne a svedomito, aby ste vyjadrili len svoje vlastné názory. Dotazník je anonymný, jeho vyplňanie je dobrovoľné a jeho výsledky budú využité iba za účelom ich spracovania v bakalárskej práci.

Všeobecný dotazník:

Pohlavie: muž žena

Vek:

Názov školy, ktorú navštevuješ:

.....

Názov školy pre ktorú si sa rozhodol:

.....

1 Časť : Vzťahy a konflikty

Rodina:

Ako hodnotíš svoj vzťah k rodičom?

Veľmi dobrý

Dobrý

Normálny

Zlý

Veľmi zlý

Často dochádza ku konfliktu medzi tebou a rodičmi?

Áno

Zriedka

Nie

Čo je najčastejšie predmetom konfliktov medzi vami?

.....
.....

Tráviš rád svoj voľný čas s rodičmi?

Áno

Niekedy

Nie

Zdôveruješ sa so svojimi ťažkosťami rodičom?

Áno

Niekedy

Nie

Tolerujú rodičia tvoje názory, vkus a záľuby?

Áno

Niekedy

Nie

Aké tresty používajú tvoji rodičia pri porušení nejakých pravidiel?

.....
.....

Podčiarknite termíny, ktoré charakterizujú domácu atmosféru u vás?

teplá, studená, ľahostajná, srdečná, priaznivá, nepriateľská, kludná, voľná, prísna,
tolerantná, sebecká, starostlivá, veselá, smutná

Vymenuj vlastnosti svojich rodičov, ktoré podľa tvojho názoru prispievajú
k vyvolávaniu konfliktov medzi vami?

.....
.....

Vymenuj vlastnosti svojich rodičov, ktoré si na nich ceníš a ako rodič by si ich tiež uplatňoval vo výchove?

.....

.....

Priatelia:

Aký význam má pre teba priateľstvo?

.....

.....

Aké sú tvoje motívy priateľstva?

.....

.....

Aké skupiny sa vytvárajú v tvojom okolí?

.....

.....

Patríš do nejakej skupiny ?

Áno

Nie

Vymenuj vlastnosti, tvojho najlepšieho priateľa?

.....

.....

Škola:

Ako hodnotíš svoj vzťah k škole?

Kladný

Normálny

Záporný

Má osobnosť učiteľa vplyv na tvoj vzťah k škole?

Áno

Niekedy

Nie

Vymenuj vlastnosti učiteľov, ktorí podľa tvojho názoru majú vplyv na vytvorenie negatívneho vzťahu ku škole?

.....
.....

Vymenuj vlastnosti učiteľov, ktorí podľa tvojho názoru majú vplyv na vytvorenie pozitívneho vzťahu ku škole?

.....
.....

2 Časť: Emócie a city

Túžiš často po vzruchu okolo seba?

Áno

Niekedy

Nie

Si obyčajne bez starostí?

Áno

Nie

Mávaš často striedavo dobrú a zlú náladu?

Áno

Nie

Stáva sa ti občas, že sa rozhneváš a neovládaš sa?

Áno

Nie

Pokladajú ťa za veľmi živého človeka?

Áno

Nie

Si väčšinou tichý, keď si medzi ľuďmi?

Áno

Nie

Rozhneváš sa ľahko?

Áno

Nie

Mávaš často strach či trému?

Áno

Nie

Pokladáš sa za šťastného človeka?

Áno

Nie

Podliehaš často smútku?

Áno

Nie

3 Časť: Voľba povolania

Pri výbere strednej školy si sa rozhodol pre svoje budúce povolanie. Si presvedčený, že chceš toto povolanie v budúcnosti vykonávať?

Áno

Mám pochybnosti (nie som si celkom istý)

Nie

Myslíš si, že vo svojom zvolenom povolání nájdeš po skončení školy uplatnenie?

Áno

Neviem

Nie

Prečo si si zvolil práve toto povolanie? (napíš kladné stránky tohto povolania)

.....
.....

Ktoré povolania by si si nikdy nezvolil? (napíš aj dôvody)

.....
.....

Čo očakávaš od svojho budúceho povolania? (hodiace sa podčiarkni)

- získať veľkú vážnosť,
- mať povolanie, ktoré je módne,
- mať pohodlné povolanie,
- čo možno najrýchlejšie získať veľa peňazí,
- vykonávať čistú prácu,
- naučiť sa „praktické“ činnosti,
- radosť z práce,
- možnosť plniť dôležité ciele (liečenie chorých, pomáhať ľuďom, stavať domy, pomáhať v dôležitých odvetviach),
- nadobúdanie schopností a zručností, ktoré budú priaznivo ovplyvňovať prácu
- iné:

Čo alebo kto ťa najviac ovplyvnil pri výbere povolania? (hodiace sa podčiarkni)

- rodičia
- škola (patrí tam aj učiteľ, výchovný poradca)
- psychológ
- kamarát, známi (príbuzní)
- iné:

Výberu svojho povolania si venoval:

krátku dobu (tesne pred odovzdávaním prihlášky)

dlhšiu dobu (2 – 3 mesiace)

dlhé obdobie (pol roka a viac)

Každé povolanie si vyžaduje určité schopnosti, vedomosti a predpoklady. Myslíš si, že škola ktorú si si vybral ťa dostatočne pripraví na tvoje budúce povolanie?

Áno

Predpokladám, že áno

Nie

Chceš sa zapájať do dobrovoľných krúžkov alebo kurzov pre rozširovanie schopnosti a vedomosti, ktoré by ti mohli pomôcť zlepšiť výkonnosť práce v tvojom budúcom povolaní ?

Áno

Ešte som sa nerozhodol

Nie

Čo pokladáš za najdôležitejšie pri voľbe povolania?

.....
.....

ĎAKUJEM ZA SPOLUPRÁCU

Príloha 1: Dotazník pre žiakov vo veku 19 rokov

Milí žiaci a študenti

Dovoľujem si vás požiadať o vyplnenie dotazníka, ktorým chcem získať potrebné informácie pre porovnanie názorov na jednotlivé problémy a otázky mladej generácie súvisiace s jej citovým životom.

Dotazník vyplňte prosím zodpovedne, úprimne a svedomito, aby ste vyjadrili len svoje vlastné názory. Dotazník je anonymný, jeho vyplňanie je dobrovoľné a jeho výsledky budú využité iba za účelom ich spracovania v bakalárskej práci.

Všeobecný dotazník:

Pohlavie: muž žena

Vek:

Názov školy, ktorú navštevuješ:

.....

Názov školy pre ktorú si sa rozhodol (alebo zamestnania):

.....

1 Časť : Vzťahy a konflikty

Rodina:

Ako hodnotíš svoj vzťah k rodičom?

Veľmi dobrý

Dobrý

Normálny

Zlý

Veľmi zlý

Často dochádza ku konfliktu medzi tebou a rodičmi?

Áno

Zriedka

Nie

Čo je najčastejšie predmetom konfliktov medzi vami?

.....
.....

Tráviš rád svoj voľný čas s rodičmi?

Áno

Niekedy

Nie

Zdôveruješ sa so svojimi ťažkosťami rodičom?

Áno

Niekedy

Nie

Tolerujú rodičia tvoje názory, vkus a záľuby?

Áno

Niekedy

Nie

Aké tresty používajú tvoji rodičia pri porušení nejakých pravidiel?

.....
.....

Podčiarknite termíny, ktoré charakterizujú domácu atmosféru u vás?

teplá, studená, ľahostajná, srdečná, priaznivá, nepriateľská, kludná, voľná, prísna,
tolerantná, sebecká, starostlivá, veselá, smutná

Vymenuj vlastnosti svojich rodičov, ktoré podľa tvojho názoru prispievajú
k vyvolávaniu konfliktov medzi vami?

.....
.....

Vymenuj vlastnosti svojich rodičov, ktoré si na nich ceníš a ako rodič by si ich tiež uplatňoval vo výchove?

.....

.....

Priatelia:

Aký význam má pre teba priateľstvo?

.....

.....

Aké sú tvoje motívy priateľstva?

.....

.....

Aké skupiny sa vytvárajú v tvojom okolí?

.....

.....

Patríš do nejakej skupiny ?

Áno

Nie

Vymenuj vlastnosti, tvojho najlepšieho priateľa?

.....

.....

Škola:

Ako hodnotíš svoj vzťah k škole?

Kladný

Normálny

Záporný

Má osobnosť učiteľa vplyv na tvoj vzťah k škole?

Áno

Niekedy

Nie

Vymenuj vlastnosti učiteľov, ktorí podľa tvojho názoru majú vplyv na vytvorenie negatívneho vzťahu ku škole?

.....
.....

Vymenuj vlastnosti učiteľov, ktorí podľa tvojho názoru majú vplyv na vytvorenie pozitívneho vzťahu ku škole?

.....
.....

2 Časť: Emócie a city

Túžiš často po vzruchu okolo seba?

Áno

Niekedy

Nie

Si obyčajne bez starostí?

Áno

Nie

Mávaš často striedavo dobrú a zlú náladu?

Áno

Nie

Stáva sa ti občas, že sa rozhneváš a neovládaš sa?

Áno

Nie

Pokladajú ťa za veľmi živého človeka?

Áno

Nie

Si väčšinou tichý, keď si medzi ľuďmi?

Áno

Nie

Rozhneváš sa ľahko?

Áno

Nie

Mávaš často strach či trému?

Áno

Nie

Pokladáš sa za šťastného človeka?

Áno

Nie

Podliehaš často smútku?

Áno

Nie

3 Časť: Voľba povolania

Máš jasnú predstavu o svojom budúcom povolaní po skončení strednej školy?

Áno

Nie celkom

Nie

Po skončení strednej školy máš viacero možností rozhodnúť sa „čo ďalej“. Podčiarkni možnosť, pre ktorú si sa rozhodol:

pokračovanie v štúdiu (VS, nadstavba, ...)

práca vo vyštudovanom obore

práca v inom obore

práca v zahraničí

iné:

Myslíš si, že vo svojom zvolenom povolání nájdeš po ukončení štúdia uplatnenie?

Áno

Neviem

Nie

Prečo si si zvolil práve toto povolanie? (napíš kladné stránky tohto povolania)

.....
.....

Ktoré povolania by si si nikdy nezvolil? (napíš aj dôvody)

.....
.....

Čo očakávaš od svojho budúceho povolania? (hodiace sa podčiarkni)

- získať veľkú vážnosť,
- mať povolanie, ktoré je módne,
- mať pohodlné povolanie,
- čo možno najrýchlejšie získať veľa peňazí,
- naučiť sa „praktické“ činnosti,
- prežívať v povolání dobrodružstvá, vystavovať sa riziku,
- radosť z práce,
- možnosť plniť dôležité ciele (liečenie chorých, pomáhať ľuďom, stavať domy, pomáhať v dôležitých odvetviach),
- nadobúdanie schopností a zručností, ktoré budú priaznivo ovplyvňovať prácu,
- iné:

Čo alebo kto ťa najviac ovplyvnil pri výbere povolania? (hodiace sa podčiarkni)

- rodičia
- škola (patrí tam aj učiteľ, výchovný poradca)
- psychológ
- kamarát, známi (príbuzní)
- iné:

Myslíš si, že výberu povolania je potrebné venovať:

dlhé obdobie (pol rok a viac)

nejakú dobu (2 – 3 mesiace)

netreba venovať takmer žiadny čas

Zapájaš sa, alebo sa chceš zapojiť do dobrovoľných krúžkov alebo kurzov pre rozširovanie schopnosti a vedomosti, ktoré by ti mohli pomôcť zlepšiť výkonnosť práce v tvojom budúcom povolaní ?

Áno

Ešte som sa nerozhodol

Nie

Čo pokladáš za najdôležitejšie pri voľbe povolania?

.....
.....

ĎAKUJEM VÁM ZA SPOLUPRÁCU